

Kultur, Gestalten

Unsere Angebote im Fachbereich Kultur und Gestalten erweitern Ihre kulturellen und kommunikativen Kompetenzen, sensibilisieren Sie für soziokulturelle und interkulturelle Lebenszusammenhänge, eröffnen Ihnen verschiedene Formen des künstlerischen Ausdrucks und fördern Ihre gestalterischen Fähigkeiten.



Das Angebot umfasst anspruchsvolle Veranstaltungen zur Kulturgeschichte, Kunstbetrachtung und Literatur und bietet ein breites Spektrum an kreativen Kursen von Malen, Zeichnen und Schmuckgestaltung über Fotografie und Medienpraxis bis zum Nähen.

[Kursbereiche](#) >> [Gesundes Leben](#) >> [Bewegung, Ausdauer und Kräftigung](#) >> Details

Details zu Kurs 241EF30214 Rückenschule für Senior*innen - Vertiefungskurs

Kursnummer
241EF30214

Status

Titel
Rückenschule für Senior*innen - Vertiefungskurs

Info
Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten. Sie lernen außerdem, wie Sie die Übungen in Ihren Alltag integrieren können

Veranstaltungsort
vhs, Bürgerhof, Raum 10

Zeitraum
Mi. 10.04.2024 - Mi. 19.06.2024
Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz.

Dauer
8 Termine

Uhrzeit
10:45 - 11:45

Unterrichtseinheiten
10,67 x 45 Minuten

Kosten
43,00 €

Maximale Teilnehmerzahl
16

Material
Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Turnschuhe, Decke, Getränk.

Dozenten
Christ-Eisen Christina, Hoffmann Dagmar

 [Kurstage](#)  [Anmelden](#)  [In den Warenkorb](#)  [Empfehlung](#)

 [Zurück](#)